

İÇİNDEKİLER



İTHAF.....	13
TEŞEKKÜR	14
BAŞLARKEN	15

Birinci Bölüm **RESULULLAH'IN SÜNNETİNE GÖRE** **EĞİTİMDE TEDBİR DÖNEMİ**

21

ANNE KARNINDA EĞİTİMİN TARİHÇESİ	23
RESULULLAH'IN SÜNNETİNDE ÇOCUK TERBİYESİ	24
NİKÂH ÖNCESİ TEDBİRLER: EŞ SEÇİMİ	26
EŞ SEÇİMİNİZİ YANLIŞ YAPTIĞINIZI MI DÜŞÜNÜYORSUNUZ?	27
NİKÂH ÖNCESİ İKİNCİ ADIM: EVLİLİĞİN KOLAYLAŞTIRILMASI.....	29
NİKÂH SONRASI TEDBİRLER.....	31
Cima (Cinsel İlişki)	31
Anne Rahmindeki Karakter Eğitiminde Kadın Orgazmının Önemi ..	32
Kadının Orgazmının Hamile Kalma Üzerindeki Etkisi	34
Kadının Orgazmının Bebeğin Sahip	
Olacağı Genler Üzerindeki Etkisi.....	34
Kadın mı İsteksizdir, Erkek mi Yetersizdir?	36
Kadının Orgazmının Bebeğin Karakter Eğitimine Etkisi.....	37
SÖZÜN ÖZÜ.....	39
CİNSELLİK OLUMLAMASI.....	40

İkinci Bölüm
KARAKTER EĞİTİMİ

41

"BEN ANCAK GÜZEL AHLAKİ TAMAMLAMAK ÜZERE GÖNDERİLDİM"	43
KARAKTER, HUY, MİZAÇ	44
KARAKTERİN PSİKOLOJİK BİLEŞENLERİ	48
AHLAKİ KARAKTERİN TEMELİ OLARAK SEVGİ	49
Karakter Eğitiminde İrade Gücü	50
Muhakeme Açıklığı	51
İnce Duygululuk	51
Derinden Duyma ve Kavrama	52

Üçüncü Bölüm
HAMİLELER İÇİN RAHİM BİLGELİĞİ

55

ERİL DİŞİL BİLGELİĞİ	57
RAHMİNİZLE TANIŞIYOR MUSUNUZ?	58
ÜREME ORGANI OLARAK RAHİM	59
RAHİM ŞİFASI	60
RUH-ZİHİN-BEDEN BÜTÜNLÜĞÜNÜN ÜÇ KUTBUNDAN BİRİSİ OLARAK RAHİM	61
HAYAT AĞACI	63
RAHİM ZEKÂSİ	63
RAHMİ ŞİFALANDIRMANIN YOLLARI	64
HARA BÖLGESİ	65
RAHİM HASTALIKLARI	67
RAHİM BİLGESİ OLMAK İÇİN	68
RAHİMLE BARIŞMA OLUMLAMALARI	69

Dördüncü Bölüm
ANNE RAHMİNDE
HELAL LOKMA EĞİTİMİ

73

YENİ BİR HAYAT BAŞLARKEN	75
FETÜSÜN GELİŞİMİ	76
KARAKTER EĞİTİMİ, ANNE ADAYININ BESLENMESİYLE BAŞLAR.....	77

SİGARA, ALKOL VE KAFEİNİN BEBEK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ	79
ANNE RAHMİNDEKİ BEBEĞE EN BÜYÜK İYİLİK: "HELAL LOKMA'	82
HELAL SÜT İÇİN HELAL GIDA	84
DOĞUM DUASI	85
ANNE ADAYLARI İÇİN ESMÂ-İ HÜSNÂ	86
SÖZÜN ÖZÜ	88

Beşinci Bölüm ŞİFA, İLETİŞİMLE BAŞLAR

91

ANNE RAHMİNDE İLETİŞİM BECERİLERİ KAZANMAK	93
FETÜSÜN ANNE KARNINDAKİ EN YAKIN DOSTU:	
ANNENİN KALP ATIMI	93
BEBEĞİN HUZUR VE GÜVEN KAYNAĞI: ANNE SESİ	94
BEBEĞİN İLETİŞİM EĞİTİMİ ANNENİN SES TONUyla BAŞLAR	96
YÜKSEK VE SERT SES TONLARI BEBEĞİ TRAVMA	
OLUŞTURABİLECEK KADAR OLUMSUZ ETKİLEYEBİLİR	97
ANNE KARNINDA İLETİŞİM EĞİTİMİ	98
BABA İLE İLETİŞİM	100
BEBEKLİ İLETİŞİMİ ARTIRMADA FETAL HAREKETLERİN SAYIMI	102
SÖZÜN ÖZÜ	103

Altıncı Bölüm ANNE RAHMİNDE PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE TEVEKKÜL EĞİTİMİ

105

PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ VE TEVEKKÜL	107
HAMİLELİKTE BİR STRES ÖNLEYİCİ OLARAK TEVEKKÜL	108
KAPLANIN NEFESİ	111
STRES VE ANNE-BEBEK BAĞLANMA İLİŞKİSİ	112
STRES, KAPLANIN NEFESİNİ ENSENDE HİSSETMEKTİR	115
GELECEK, RAHİMDE BAŞLAR	116
ANNE RAHİMİ VE DEPRESYON YATKINLIĞI	118
İSTENMEYEN GEBELİKTE TEVEKKÜLÜN ÖNEMİ	120
İSTENMEYEN CİNSİYET	122
KÜRTAJ	123

Güncel Bir Fıkıh Problemi Olarak Kürtaj.....	124
Kürtajın Etkileri	126
SİZ RAHAT OLUN, BEBEĞİNİZ ZEKİ OLSUN	127
STRESE KARŞI DÜZENLİ EGZERSİZ.....	128
GEBELİKTE KEGEL EGZERSİZLERİ	129
STRES YÖNETİMİ AÇISINDAN DOĞUM ÖNCESİ EĞİTİM PROGRAMLARI	131
HAMİLELER İÇİN PSİKOLOJİK İYİ OLUŞ TAVSİYELERİ	133
STRESTEN ARINMAK İÇİN OLUMLAMALAR	135
STRESTEN ARINMA İÇİN NEFES ÇALIŞMASI.....	137
KORKULARDAN ARINMA İÇİN BİR İMAJİNASYON ÇALIŞMASI	137

Yedinci Bölüm **ANNE RAHMİNDE ÖĞRENME**

138

ANNE RAHMİNDEKİ BEBEĞİN BEYİN VE ZEKÂ GELİŞİMİ	141
ANNE KARNINDA ÖĞRENME.....	142
DAMAK TADI ANNE KARNINDA OLUŞUYOR	145
ANNE RAHMİNDEKİ ÖĞRENMEDEN NASIL FAYDALANABİLİRİZ?... ..	145
DOĞUM ÖNCESİNE İLİŞKİN İNANÇLARDA ANNE KARNI ÖĞRENMESİ..	147
DAHA ZEKİ VE EĞİTİMLİ BEBEKLER İÇİN	148
BEBEKE OLUMLAMALARLA İLETİŞİM	150

Sekizinci Bölüm **ANNE RAHMİNDE** **YARATICI TASAVVURUNUN OLUŞUMU**

153

DİN EĞİTİMİ ANNE RAHMİNDE BAŞLAR	155
DOĞUM ÖNCESİ (PRENATAL) BAĞLANMA	156
DOĞUM SONRASI BAĞLANMA, DOĞUM ÖNCESİNİN DEVAMIDIR ...	159
EVLİLİK İLİŞKİSİ KALİTESİNİN BAĞLANMAYA ETKİSİ.....	161
FETAL PROGRAMLAMA HİPOTEZİ.....	162
SEROTONİN TRANSPORTER GEN POLİFORMİZMİ.....	164
DİN PSİKOLOJİSİNİN IŞIĞINDA ANNE-BABA İMAJLARININ TANRI TASAVVURU İLE İLİŞKİSİ.....	167
DİN PSİKOLOJİSİ BAĞLAMINDA BAĞLANMA TEORİSİ.....	169

BİREYİN GÜVENLİK İHTİYACINA CEVAP VEREN	
BİR BAĞLANMA FİĞÜRÜ OLARAK DİN	171
BENLİK KAVRAMI VE TANRI İMAJI	172
TANRI TASAVVURUNUN OLUŞUMUNDA KAYGILI VE KAÇINGAN	
BAĞLANMA STİLLERİ.....	174
BAĞLANMA DAVRANIŞLARI	175
DİNÎ MEKÂNLAR VE BAĞLANMA.....	176
ZİHİNSEL MODELLER	176
İNANÇLI OLMANIN ANNE-BABAYLA OLAN İLİŞKİYLE BAĞLANTISI .	177
SÖZÜN ÖZÜ.....	178

Dokuzuncu Bölüm
ANNE KARNI TRAVMALARI
VE FETÜS BİLİNCİ

181

ANNE KARNI TRAVMALARINDA GEBELİKTEN ÖNCEKİ	
BİR YILIN ÖNEMİ	183
BİR KADININ RAHİM KAYITLARI; ANNESİ, ANNEANNESİNİN	
KARNINDA İKEN BAŞLAR	184
DOĞUM ÖNCESİ PSİKOLOJİSİ	184
BEBEĞİN DOĞUM ÖNCESİNİ HATIRLAMASI MÜMKÜN MÜDÜR?	186
DOĞUM ZORLUKLARI, DOĞUM ÖNCESİ TRAVMALARININ	
YANSIMASIDIR.....	188
PSİKOSOYBİLİM	191
TRAVMANIN BABADAN GEÇİŞİ	193
ÖLEN KARDEŞLERİN ETKİSİ	193
İKİNCİL TSBB	194
FETÜS BİLİNCİ	195
FETÜSTE NEGATİF BİLİNÇALTI KODLARININ OLUŞUMU.....	196

Onuncu Bölüm
BAŞLARKEN VE BİTİRİRKEN:
HER DAİM SEVGİ!

199

BAĞLANMA, SEVGİSİZ OLMAZ.....	201
MUTLU BİR ÇOCUKLUK İÇİN HİÇBİR ZAMAN GEÇ DEĞİLDİR.....	204

KİTAPTA GEÇEN BAZI KELİMELEİN
ANLAMLARINI MERAK EDİYORSAN...

210

DİPNOTLARI MERAK EDİYORSAN...

215

KAYNAKLARI MERAK EDİYORSAN...

225

İTHAF



Kitabımı, kahramanlıklarını anlatmaya dillerin aciz kaldığı Gazze'nin anne, baba ve çocuklarına ithaf ediyorum.

Sizin olduğunuz yerde sözler sükût eder, sizi anlatmakta kelimeler kifayetsiz kalır.

Peygamber'in (s.a.v.) ve Kur'an'ın nurundan damıtılmış güzel ahlakınız ve soylu direnişiniz, İslam'ın şeref levhaları arasındaki yerini aldı. Sizin yaşadığınız çağda yaşamak övüncümüzdür.

Rabbim, bizi ve nesillerimizi sizinle aynı safta sabit kılsın.
Âmin!

TEŞEKKÜR



Bir kitabımda hayatı, “eksileri artıya çevirme sanatı” olarak tanımlamıştım. Dezavantaj gibi görünen anne karnı travmamı, Türk ailesine katkı sağlayacağına inandığım bir kitaba dönüştürmemi nasip eden Rabbime sonsuz şükürler olsun.

Rabbime hamd, iki cihan güneşi elçisi Hz. Muhammed Mustafa’ya (s.a.v.) salavatın ardından; ilk teşekkürüm, bu kitabın konusunu kendisine anlatır anlatmaz orijinalliğini kavrayan, heyecanla beni teşvik eden yol ve dava arkadaşım Hatice Kübra Tongar’a,

Sonrasında, kitabımı çok benimseyip editöryal işlemlerini zevkle yaptığını hissettiren sevgili editörüm Ayşe Çetintaş’a,

Gerçek bir aile ortamında hissettiren kıymetli dostum İsmail Tongar’a ve yönlendirmeleriyle katkı sağlayan Ömer Faruk Pak-su’ya içtenlikle teşekkürlerimi sunuyorum.

Bir diğer teşekkürüm, sevgileri ve emekleriyle beni destekleyen sevgili asistanlarım Fatma Zehra Barman, Gülseven Sevindik, Eslem Sevindik’e ve varlıklarıyla beni besleyen tüm öğrenci ve katılımcılarıma... Birlikte çok güzeliz, elhamdülillah.

“İnsan” olmanın yeni baştan tanımlandığı, kurgulandığı, tartışıldığı, insanoğlunun yapay zekâyla rekabetinin başladığı bir dönemde, okurlarımın anne-baba olmanın tüm nimetlerini, zevkini, keyfini, huzurunu ve kazancını en güzel şekilde yaşamalarını, çocukları için verdikleri emeklerin sadaka-i cariyeye ve ebedî mutluluğa dönüşmesini temenni ediyor ve bunun için dua ediyorum.

BAŞLARKEN



Bir kadının, rahminde yeni bir hayatı taşıması kadar güzel, bir insanın dünyaya gelişine vesile olmak kadar değerli, insan soyunun devamını sağlamak kadar önemli ne olabilir?

Bir bebeğin dünyayla ilgili ilk izlenimlerinin ve Allah tasavvurunun rahmimizde oluştuğunu, hayatla ilgili ilk kararlarını rahmimizde aldığını bilmek kadar anlam dolu ve sorumluluk yükleyici ne olabilir?

Çocuklarımızla ilgili etkilerimizin ya da sorumluluklarımızın genellikle doğumla başladığını zannederiz. Gerçek bunun tersidir. Çocuğumuzu terbiye etmek için elimizde olan imkânlar, aslında doğumla beraber azalmaya başlar. Çocuklarımızı terbiye imkânının en yüksek olduğu altın dönem, hamilelik dönemidir.

Resulullah'ın sünnetine göre çocuğun eğitimi; kadın ve erkeğin evlenme kararıyla başlar, çeşitli aşamalarla devam eder. İlerleyen sayfalarda ayrıntılarını vereceğimiz bu dönemi, İslam âlimleri “tedbir” dönemi olarak adlandırmışlardır. Kitabımızın ana konusu olan bu dönemi hem karakter gelişimini destekleme dönemi hem de koruyucu hekimlik fırsatı olarak değerlendirmek mümkündür.

Çocuğun doğumuyla “tatbik” dönemi başlar. Çocuğun konuşması “müdahale” döneminin başladığının işaretidir. Gözle görülebilen bir şeye müdahale etmek, pek çok insana daha kolay gelir. Müdahale dönemi eril, tedbir dönemi ise dişildir. Eril enerji,

yapmak; dişil enerji, olmaktır. Olmak daha zor olduğu için insanlar genelde yapmakla yetinirler. Herkes bilgi sahibi olabilir ama herkes bilgeliğe ulaşamaz. Diři, sessiz ama derinden çalışan, kıymetinin bilinmesi zor olan, varlığı yokluğunda belli olandır. Peygamber Efendimiz (s.a.v.) “Kadınlara ancak sizin asalet ve şeref sahibi olanlarınız değer verir”¹ diye buyurur. Dişil enerjiye sahip bir dönem olan hamilelik döneminin önemini, ancak akıl, şeref ve hikmet sahibi asil insanlar bilir ve gereğini yaparlar.

Anne rahmi dönemi, bir bebeğin hayatının en önemli dönemidir.

Hamilelik dönemi, sadece anneye emanet edilemeyecek kadar önemli bir dönemdir. Bir milletin geleceğı için tüm aile ve tüm toplum, hamile anneye yardımcı olmalıdır. Böyle ağır bir sorumluluk, sadece annenin omuzlarına yüklenemez.

Kişiliğimiz, mizaç ve karakter özelliklerinden oluşur. Mizaç özelliklerimiz, “vehbî” yani Allah tarafından verilmiş özelliklerimizdir. “Kesbî” özelliklerimiz ise çevresel faktörlerle şekillenmiş, öğrenme yoluyla sonradan elde edindiğimiz özelliklerimizi ifade eder. Çocuğun vehbî özelliklerine sınırlı bir şekilde de olsa ancak hamilelik döneminde müdahale edilebilir.

Kitabımızın amacı; hamilelik dönemini en verimli şekilde kullanarak çocuğumuzun mizaç ve karakterinin mümkün olan en olumlu şekilde gelişmesi için anneleri bilinçlendirmek, farkındalık kazandırmak ve bunu başarmalarına destek olmaktır.

Hamilelik dönemini sakın, mutlu, huzurlu bir şekilde geçirdiysek çocuğumuzun huzurlu ve zeki bir insan olmasını desteklemiş oluruz. Çok stresli, kaygılı bir hamilelik geçirdiysek çocuğumuz kaygılı bir insan olmaya yatkın olabilir. Diğer taraftan çocuğumuz sadece bizim çocuğumuz değildir. Anne ve babasının, aile sisteminin bir parçasıdır ve iki yüz elli dört atasının karakterinden izler taşır. Çocuğumuzun olumlu ve olumsuz yönlerinin tamamını kendimize mal edemeyiz. Bize düşen; çocuklarımızı tüm

özellikleriyle, fazlalık ve eksiklikleriyle bize verilmiş bir emanet olarak görüp bağrımıza basmaktır. Hayat, biz başka planlar içerisindeyken başımıza gelen şeydir. Hayatın getirdiklerini kabul etmemek, olandaki hayrı göremeyip mücadele etmek, bizlere büyük zararlar verecektir.

Sadece dokuz aylık hamilelikte değil, bu dokuz ayın öncesinde annenin neler yaşadığı da bebek için önemlidir. Hamilelikten önce kadınlara çürük dişlerini yaptırmaları, eksik olan vitamin değerlerini düzenlemeleri tavsiye edilir. Aynı tavsiyeler sadece fiziksel sağlığımız için değil, ruh sağlığımız için de geçerli olmalıdır. Fetüs bilinci, hem anne karnındaki dokuz aylık dönemi hem de bunun öncesindeki bir yıllık dönemi kapsamaktadır. Fetüs bilincinin ne olduğu, nasıl geliştiği ve hayatla ilgili ilk kararların nasıl verildiği, bölüm başlıklarımızdan birini oluşturmaktadır.

Farkındalık kazandırmak istediğim diğer bir önemli konu; çocuğumuzu rahmimizde arzulanan bir misafir olarak konuk etme, en güzel şekilde ağırlama ve bebeğin taze bir enerjiyle hayata başlamasını sağlamanın yolunun, kadınlığımızla ve rahmimizle olan ilişkimizden geçtiğini bilmektir. Kadınlığımızla ilişkimizin bozukluğu; çok çeşitli problemlere, erken ve problemli doğumlara, bazen düşüğe neden olarak bebeğin hayatına bile mal olabilir. Bu yüzden eril-dişil bilgeliğinin önemi ve rahim bilgeliğinin temel konuları, kitabımızın bölüm başlıkları arasında yer almaktadır.

Anne rahmindeki bebeğimizle kurduğumuz iletişim, bir diğer bölüm başlığımız. Bebeğimize davranış biçimimizi, anne rahmindeki bebeğin hassas olduğu konuları, bebeğimizin karakterinin olumlu yönde gelişmesine yardımcı olmak için nelere dikkat edebileceğimizi ve daha pek çok konuyu bu bölümde işleyeceğiz.

İnsan olarak hayattaki en önemli görevimizin Rabbimiz tarafından bize verilmiş bilgi ve yetenekleri en verimli şekilde kullanmak, potansiyelimizi mümkün olduğunca ortaya çıkarıp elimizden

geldiğince kâinatın hizmetine sunmak olduğuna inanıyorum. Yaşam amacımıza yani has esmâmıza ancak bize verilenleri elimizden gelen en iyi şekilde değerlendirdiğimizde ulaşabiliriz. Bu kitapla okurlarımın, bebeklerinin olmak için doğdukları kişi olmasını, ellerinden geldiğince kolaylaştırmalarına yardımcı olmaya çalışıyorum. “Çıkaralım kendimizi aradan ve görünsün çocuklarımıza Yaradan.”

Biz kendimizi eğitince çocuklarımızı da eğitmiş oluyoruz. Çocuğumuza huzurlu bir anne rahmi hayatı yaşatmak için sarf edeceğimiz her çaba, geleceğimize katkı olarak bize döner. Hamilelik ve ilk çocukluk döneminde vereceğimiz bir birim emek, bizi ileri çocukluk ve gençlik dönemlerinde karşılaşılabileceğimiz on, yüz, bin, belki on bin birim sorundan muhafaza edecektir.

Çocuğumuzun tahtını yapabiliriz ama bahtını yapamayız. Mükemmel anne-babalar yoktur, mutlu anne-babalar vardır. Bir psikoloji kavramı olarak “yeterince iyi bir anne” olup elimizden geleni yaptığımızda, Rabbimizin çocuğumuz için seçmiş olduğu kadere gönül rahatlığıyla teslim olabiliriz.

Bu kitapta sizleri Peygamber Efendimizin çocuk eğitimiyle ilgili hayatımıza ışık sağan yol göstericiliğini keşfetmeye, Yaradan’ın kendisini kullarına tanıtmak için kullandığı iki isminden birisini taşıyan mucizevi ve saygıya değer “rahim” organıyla tanışmaya, bilimsel veriler, İslami ve kadim bilgilerin ışığında, anne rahmindeki bebekle iletişim kurup onu doğmadan terbiye etmenin yöntemlerini incelemeye davet ediyorum.

Son olarak şunu söylemek isterim ki bu kitabın pek çok bölümü, benim, kendimi keşif yolculuğumdan izler içeriyor. Bu keşif yolculuğu sırasında annemin bana hamile iken çok sevdiği baba-sını kaybettiği, kendini desteksiz kalmış hissettiği, çok yıkıldığı bilgisine ulaşmıştım. Bu konuyu sorup öğrenebileceğim hiç kimse yokken erişime açılan e-devlet kayıtları, hücresel hafızamda

ulaştığım bu bilgileri teyit etmişti. Kronik depresyonum ve yıllar yılı kendimi karanlık bir kuyuda sesimi duyuramıyor olarak hissedişim, annemin bana hamile iken yaşadığı üzüntünün sonuçlarıydı. Bu gerçekle karşılaştığım çalışmada anne rahminde çektiğimi hissettiğim acının bu dünyada karşılığının olduğunu sanmıyorum. Ne ile kıyaslayabilirim diye düşündüğümde zihnime Ebu Gureyb hapishanesinde yapılan işkencelerin görüntüleri geliyor. Anne karnına regrese olduğum bu seanstan sonra vücudumun bütün kemikleri, haftalar boyunca ağrıyordu. Belki doğmuştum ama önemli bir parçam anne karnında kalmıştı. Orada hapis kalmış yüzlerce iç çocuğumu şifalandırmam yıllarımı aldı. Doğum anıma gittiğim çalışmamda ise o acı veren yerden bir an önce kurtulmak için sabırsızlandığımı fark etmiştim. Bana bu acıları çektiren anneme hiç güvenmiyordum. Beni güler yüzle karşılamış olan babama o an bağlanmış, babasının kızı olmuştum. Annemin kızı olmayı başarmak, uzun yıllarımı aldı. İlişkimiz, dışarıdan bakıldığında çok iyi olduğu, evlatlık görevimi başkalarının imrendiklerini ifade ettikleri şekilde yaptığım hâlde, görünmez bir duvarın varlığını hep hissetmiştim. O duvarın nedeninin, hamile iken babası için duyduğu üzüntünün bana yaşattığı büyük acı olduğu farkındalığından sonra, duvar parça parça ortadan kalkmaya başladı. Bert Hellinger'in ifadesiyle, "görülen şey şifalanıyordu."

Bu kitabın yazılış amacı, hamilelik döneminin önemine dikkat çekmek, bu kitabı okuyanların anne karnındaki bebeklerine daha özenli davranmalarını sağlamaya çalışmaktır. Ne kadar çok bebeğin daha az sorun yaşamasını sağlayabilirsem, yaşadığım zorluklardan o oranda katkı sağlamış, engeli lütfen dönüştürmüş olurum. Rabbimiz kuluna asla zulmetmez. Her engel içinde mükâfat barındırır. Annemin karnında yaşadığım zorlukları, sırf bu kitabı yazabilmek için yaşamış bile olabilirim. Zorluk dönemi tamamlandı, şimdi mükâfat zamanı.

Tüm bu etkilerin üzerine çıkmayı başarabildiğim, anne kar-
nında bırakmış olduğum libidoyu geri alarak, kader programım
dâhilinde, bunlar yaşanmamış olsaydı sahip olabileceğim hayat
potansiyelime geri dönebildiğim için kitabım aynı zamanda bir
şükür eylemidir. Ne diyor Maslow: “Kendini gerçekleştirmek, dı-
şarıdan kendisine bir şey eklemek değil, kendisine eklenen fazla-
lıkları temizlemektir.”

Anneliğin önemini ortaya koyan meşhur bir söz vardır: “Beşiği
sallayan el, dünyaya hükmeder.”

Bu muhteşem gerçeğe bir ilave yapmak istiyor ve diyorum ki
“Fetüsü eğiten kalp, iki cihana hükmeder.”

İlerleyen bölümlerde göreceğiniz gibi, din psikolojisi araştı-
rmaları gösteriyor ki bir insanın Yaratıcıyla ilişkisini belirleyen te-
mel unsur, anne-babasıyla olan ilişkisidir ve bu ilişkinin temeli
rahimde atılıyor. Çocukluk dönemindeki ilişki, rahimde kurulan
ilişkinin devamıdır.

Bu kitabı okuyanların kendilerine dış dünyadan eklenen olum-
suz etkilerin üstesinden gelip, çocuklarını da bu etkilerden koru-
mayı, özüne dönmeyi, kendisi olmayı, has esmâsına, yaşam mis-
yonuna ulaşmayı başarmaları duasıyla, kitabımın mümkün olan
en yüksek hayırlara vesile olmasını diliyorum.

Nevin Nesrin Soysal



BİRİNCİ BÖLÜM

RESULULLAH'IN SÜNNETİNE GÖRE EĞİTİMDE TEDBİR DÖNEMİ



ANNE KARNINDA EĞİTİMİN TARİHÇESİ

Kadının birisi koşarak bilgenin yanına gelir:

“Çocuğum konuşmaya başladı. Onu terbiye etmeye ne zaman başlamalıyım?”

Bilge üzüntüyle başını sallar:

“Çok geç kalmışsın. Evine dön ve kaybettiğin zamanı telafi etmeye çalış.”

“Çocuğunu eğitmeye ne zaman başlayacağı” sorusu, çocuklarının olacağını haber alan sorumluluk sahibi her çiftin aklına gelen ilk sorudur. Her ne kadar psikoloji bilimi, bebeğin doğum öncesi dönemini 1970’lerden sonra göz önüne almaya başlamışsa da yeryüzündeki pek çok toplumun doğum öncesi eğitime yönelik uygulamaları olmuştur. Afrika kabileleri dansları, Japonlar Taikyo adlı çalgıları, Çinliler müzikleri ve beslenme düzenleriyle anne rahmindeki bebeklerin gelişimini desteklemeye çalışmışlardır.

Doğum öncesi eğitimin başlangıcı Aristo’ya kadar uzanmaktadır. MÖ 350 yılında ünlü düşünür Aristo, anne karnındaki bebeğin düşünebildiğini, MS 400 yılında Sustura adlı Hintli cerrah ise anne karnındaki bebeğin üçüncü ayından itibaren uyarı alabildiğini iddia etmiştir. MÖ 500 yılında Konfüçyüs, bebeğin sağlıklı olmasını sağlayacak bir diyet ve müzikle yaşama hazırlanması gerektiğini savunmuştur. 1690’da İngiliz filozof John Locke *İnsan Anlayışı Üzerine bir Kompozisyon* isimli kitabında, anne karnındaki

çocuğun düşünebildiğini öne sürmüştür. Locke’a göre bebeğin fikirleri, rahmin dışından verilen uyarılardan etkilenmektedir. 1881’de ise William Preyer, *Çocuğun Akli* adlı kitabında beyinsel işlevlerin doğum öncesinde başladığı iddiasında bulunmuş, 1924’te Leipzig Üniversitesi pedagogu Albrecht Peiper, görsel olarak dışarıdan verilen bir uyarıya anne karnındaki çocuğun tepki verdiğini doğrulamıştır.

1971 yılında “Doğum Öncesi Psikolojisi” Viyana’da kurulan bir organizasyonla bilimsel bir disiplin olarak kabul görmüştür. Montreal McGill Üniversitesi’nde çalışmalarını sürdüren Psikolog David Spelt ve Psikolog Donald Hebb; doğum öncesinde çocuğun ortamının zenginleştirilmesinin, beyinde karar verme becerilerini arttıracak fizyolojik değişikliklere neden olacağını öne sürerek önceki çalışmaların ortaya koyduğu nörojenetik hipotezi desteklemişlerdir. Anne karnı çalışmaları doksanlı yıllarda artarak devam etmiş, gittikçe daha fazla bilim adamı ve kuruluş, fetüsün anne kanındaki gelişimi üzerinde çalışmaya başlamış ve yapılan çalışmalar, anne rahmindeki bebeğin, duyarlılığı olan zeki bir varlık olduğunu ortaya koymuştur.²

RESULULLAH’IN SÜNNETİNDE ÇOCUK TERBİYESİ

Kur’an-ı Kerim, fetüs yani ceninin anne karnındaki gelişimine safha safha ayrıntılı bir şekilde yer vermiştir:

“Şüphesiz biz sizi topraktan, sonra nutfeden (sperm), sonra alakadan (kadının aşılınmış yumurtası), sonra uzuvları (önce) belirsiz, sonra belirli canlı et parçasından yarattık ki size gücümüzü gösterelim. Dilediğimizi belirlenmiş bir süreye kadar rahimlerde bekletiriz, sonra sizi bir bebek olarak dışarı çıkarırız.”³

“Şüphesiz biz insanı çamurdan bir özden yarattık. Sonra onu sağlam bir karargâhta sperm hâline getirdik. Sonra bu spermi,

alaka (aşılanmış yumurta) yaptık. Peşinden alakayı bir parça et hâline soktuk. Sonra bu bir parça ette kemikleri yarattık, kemiklere de et giydirdik. Sonra onu başka bir yaratılışla insan hâline getirdik.”⁴

İslam âlimlerinin, Resulullah’ın (s.a.v.) terbiye prensiplerinden aktardıklarına göre eğitim, doğumdan önce başlamaktadır. Günümüzde fetüse yönelik yapılan çalışmalar bu bilgiyi teyit etmekte ve doğum sonrası eğitimin, doğum öncesi eğitimin uzantısı olduğunu ortaya koymaktadır.⁵

Yukarıda pek çok kültürün anne karnındaki çocuklara yönelik çeşitli uygulamaları olduğundan söz etmiştik. İslam dünyasının uygulaması ise annenin karnını okşayarak bebeğine Kur’an okuması, bebeğini Kur’an ayetleriyle uyarmasıdır. Böylece anne karnında öğrenme yöntemiyle karakter eğitiminin bileşenlerinden olan muhakeme açıklığı ve bebeğin o esnada hissettiği güven duygularıyla ince duygulu oluş sağlanmış olacaktır.

Peygamber Efendimiz (s.a.v.), evlilik öncesi ve sonrası ve cinsel ilişkiyle ilgili önemli olan konulara dikkat çekerek çocuğun eğitimini evlilik kararıyla başlatmaktadır. Bir çocuğun nasıl yetiştirileceği, nasıl bir eş seçildiğiyle ilgilidir. İlerleyen bölümlerde evlilik ilişkisinin kalitesinin doğum öncesi bağlanma üzerindeki etkisini incelediğimizde, aradaki bağlantının çok daha iyi anlaşılacağını düşünüyorum.

Bölümün başında yer alan hikâyenin Peygamber Efendimize (s.a.v.) atfedilen bir versiyonu da mevcuttur. İnsanlara “Çocuk terbiyesi ne zaman başlamalı?” diye sorulduğu zaman “Konuşmaya başladığı zaman, üç yaşına geldiği zaman, doğduğu zaman...” gibi cevaplar alınsa da biraz dinî bilgisi olanlar, çocuk terbiyesinin evlilik kararıyla başladığını bilirler. Sünnet olan terbiye sisteminde çocuğun doğumuna kadar olan dönem, terbiyenin “tedbir” dönemini, doğum sonrası ise “tatbik” dönemini oluşturmaktadır. Çocuğun konuşmaya başlaması ise çocuğun terbiyesinde son aşama olan “müdahale” döneminin başladığının göstergesidir.

Daha da gerilere gidersek, çocuk eğitiminin büyükannenin eğitimiyle başladığını söylemek mümkündür. Bir atasözü “Bir insanı eğitmek isterseniz işe büyükannesinden başlayın” der. Bir köylünün şehirli olabilmesi için en az üç kuşak gerektiği söylenir. Torununuzu eğitmek için işe kendinizden başlamalısınız.

NIKÂH ÖNCESİ TEDBİRLER: EŞ SEÇİMİ

Çocuğun, Peygamber Efendimizin (s.a.v.) buyurduğu gibi yedi yaşında namaza başlaması için doğum öncesine uzanan tedbir döneminde buna uygun hazırlıkların yapılması gerekir.

Araf Suresi 58. ayet, eş seçimiyle ilgili bir ilkeye işaret etmektedir:

“(Toprağı) iyi ve elverişli beldenin bitkisi, Rabb’inin izniyle bol ve bereketli çıkar. (Toprağı) kötü ve elverişsiz olandan ise faydasız bitkiden başkası çıkmaz.”

Ayette, yapılan evliliklerden faydasız bitkilerin çıkmamasının ancak toprağın (evlenilecek kişinin) iyi olmasıyla mümkün olacağı bildirilmektedir. Bir anne veya baba adayı, eşini seçerken onun yetiştirme tarzını ve yetiştiği çevreyi incelemelidir. Ayetin, eğitilmiş iyi ana-babanın çocuklarını iyi eğitecekleri için çocuklarının da iyi olacağını, kötü ana-babanın ise çocuklarını iyi eğitemeyeceklerinden iyi çocuk yetiştiremeyeceklerini haber verdiği söylenebilir. Her iki durumda da kişinin eş seçiminde titiz davranıp doğru karar vermesi şart görülmektedir.⁶

Evlilik kararı alırken yaptığımız seçim, doğacak çocuklarımızın kişiliğini de büyük ölçüde belirleyecektir. Efendimizin (s.a.v.) eş seçiminde tavsiye ettiği “dindar olanı tercih etme” kriterini dikkate aldysak, karakter sahibi çocuklar yetiştirme yolunda ilk adımımızı doğru atmış olabiliriz.

İmam Gazzâlî’nin *Kimyâ-yı Saâdet* eserinde yer verdiği diğer tercih nedenleri ise sırasıyla şunlardır:

1. Dindarlık
2. Ahlak güzelliği
3. Yüz güzelliği
4. Az mehir talebi
5. Veludiyet (Doğurganlık)
6. Bekârlık
7. Dindar asıldan gelme
8. Akraba olmamak.⁷

Eş seçiminde önemli olan bir diğer kavram da denkliktir. Efen-
dimiz (s.a.v.), “Evlenirken çocuklarınıza iyi anneler seçin, dengi-
nizle evlenin, denginizden kız alın” diye buyurmaktadır.⁸

Evlilik ortak bir projedir. Eşlerin bu projeyi uyum içerisinde yü-
rütmemesi durumunda ortaya çıkacak gergin ve güvensiz ortam,
çocuğun henüz oluşmakta olan kişiliğine büyük ölçüde olumsuz
tesir yapacak, çocuk eğitiminden haberdar olmayan ebeveyn-
lerin elinde bu değerli varlık ziyan olacaktır. Çocuğun kendisine
emanet olduğu bilinciyle, onun gelişim özellikleri hakkında bilgi
sahibi olan, nasıl bir tutum ve davranış içerisinde olması gerek-
tiği hususunda doğru bir bakış açısına, bilimsel bilgi ve görüşlere
sahip anne ve babadan oluşmuş sevecen, ilgili, güven hissi veren
bir aile; çocuğun, ruh sağlığı yerinde bir insan olarak yetişmesini
sağlayacaktır.⁹

EŞ SEÇİMİNİZİ YANLIŞ YAPTIĞINIZI MI DÜŞÜNÜYORSUNUZ?

Bizler kararlarımızı, aklımızı ve mantığımızı kullanarak verdi-
ğimizi düşünsek de ne kadar eğitilmiş, zeki, bilgili olursak olalım,
kararları veren çoğu zaman ilkel beynimizdir. Bize seçim yaptıran,
travma yaşadığımız anda donup kalmış ya da bir savaşıya dö-
nüşmüş iç çocuğumuzun korkuları ve kaygılarıdır. Bu konuda ne

kadar farkındalık kazanabilir ve kendimizi iç çocuğumuzun korku ve kaygılarından arındırabilirsek, kararlarımızı o oranda beynimizin gelişmiş kısmı olan frontal lobumuzla verebiliriz. İnsana yakışan, kararlarını beynin en çok ve son gelişmiş tabakası olan, insana özgü, sadece insanda bulunan, insanı insan yapan neokorteksle verebilecek kadar kendisini olgunlaştırmaktır.

Pek çok kadın, karşısına sürekli kendisinden güçsüz erkeklerin çıkmasından şikâyet eder. Sülalenizde kadınlar sürekli eziyet görmüş, acılar yaşamışsa, kız torun dünyaya eril enerjiyle gelir ve kendisi de aynı acıları yaşamamak için kontrol altında tutabileceği zayıf erkekleri tercih eder. Bu seçim, bilinç dışımız için, bize yaşatacağı acılar pahasına, aslında çok mantıklı bir seçimdir.

Diğer taraftan bir kadın, çocukluğunda kendisine dayak atan babasıyla ilişkisini sürdürebilmek için gizli sadakat dediğimiz bir içgüdüyle hiç farkında olmadan kendisine şiddet uygulayacak bir eş seçebilir. Ya da şiddet gören annesinin kaderini takip ederek kocasından şiddet görürken, annesine sadık kaldığını düşünebilir. Annesi, anneannesi mutsuz yaşamışsa kendisi mutlu olmayı reddedebilir. Bilinç dışı için önemli olan, bir şeyin “tanıdık” olmasıdır. Tanıdık olmayanı, dünyanın en değerli, en faydalı şeyi bile olsa reddetmeye eğilimlidir. Öyle ki bazen bütün çekiciliğine rağmen o güzel şeyi görmez, tanımaz, fark etmez bile.

İnsanlar fazla kilolarından şikâyet edip durur ve ideal kilolarında olmak isterler. Konunun estetik ve tıbbi boyutunu bir tarafa bırakarak söylemek isterim ki fazla kilolar bizim korkularımızdan, kaygılarımızdan kaynaklanır ve dişiliğimizden uzaklaşma yöntemlerimizin başında gelir ve sahip olduğumuz kilo, duygusal ihtiyaçlarımız açısından aslında bizim için ideal kilodur. Kendimizi dengede hissedebilmek için korkularımızla aramıza kilolarımızın oluşturduğu mesafeyi koymaya ihtiyacımız vardır. Hayat o kadar güvenilmez bir yerdir ki araya kilolarımızı koyarak ona yaklaşabilir

ve ancak hayatla aramıza mesafe koyma ihtiyacımızı bıraktığımızda fazla kilolarımızı kalıcı olarak verebiliriz.

Fazla olduğunu düşündüğümüz kilolarımız, nasıl bizi dengede tutan kilolarsa yanlış olduğunu düşündüğümüz eşler de bizi dengeye getirmek, kendi özümüzü bulmamıza yardımcı olmak üzere seçtiğimiz eşlerdir. Bu bakış açısıyla ilk kez karşılaşan kişiler için algılaması zor olabilir. Ben sadece hamile olup da yanlış eş seçimi yaptığını düşünen kadınlara şunu söylemek istiyorum ki: “Yaşadığımız her türlü problemin kökünü, kaynağını kendimizde aramalıyız.” Sorunun nedenini kendimizle ilintisiz şekilde karşı tarafta aramak, bize hiçbir şey kazandırmaz. Aksine kurban psikolojisine sokar.

Hayatta yaşadığınız her türlü sorunun kendinizle bağlantısını görür, çaresiz hissetmek yerine içinize döner, karşınızdakileri değil, kendinizi değiştirmeye çalışırsanız, önünüzde akla hayale bile gelmeyen kapıların açılacağını Allah’ın izniyle size garanti edebilirim.

Evlilik problemlerinin sorumluluğunu eşinize atmayı bırakıp kendi payınıza düşen sorumluluğu üzerinize aldığınızda, çocuğunuzun babasını suçlamayı bırakıp odağınızı sorunun çözümüne verdiğinizde, daha hoşgörülü bir insan olarak çocuğunuzun mutluluğuna da katkı sağlayacaksınız.

NIKÂH ÖNCESİ İKİNCİ ADIM: EVLİLİĞİN KOLAYLAŞTIRILMASI

Peygamber Efendimiz (s.a.v.), evliliğin kolaylaştırılması konusu üzerinde çok fazla durmuştur. Çünkü bu konu genelde sanıldığından çok daha önemli bir konudur. Şahit olduğum örneklerle dayanarak doğacak çocukların mutluluk ve karakterinin yapı taşları, evliliğin kolaylaştırılmasıyla atılır dersem abartmış olacağımı sanmıyorum.

Düğün vakti geldiği zaman ailelerin evlilik masrafları konusunda itidalli davranmaları, kendi yaşayamadıkları bazı duyguları

çocukları üzerinden tatmin etme yoluna gitmemeleri, “Benim olmadı çocuğumun olsun” diye hırsa kapılmamaları, özetle “evliliğin kolaylaştırılması” Nebevi tavsiyesinin yerine getirilmesi, ilerideki aile saadetimizi etkileyecek olan en önemli hususlardan birisidir.

“Nikâhın en hayırlısı, kolay (külfetsiz) olanıdır.”¹⁰

Evliliklerin en hayırlısı, en kolay olanıdır.

Eşlerin en iyileri, mehirleri mevcut şartlara, masrafları yaşam şartlarına en uygun olanlardır.

Tarafların düğün ya da evlilik koşulları hususunda birbirlerini zorlamaları, yeni kurulan aileyi yıllar sonra bile olumsuz etkileyerek çocukların saygı dolu, sıcak bir ortamda yetişmelerinin önünde bir engel oluşturmaktadır. Yeni evliler birbirlerine ya da birbirlerinin ailelerine kırdıkları zaman bunun düzeltilmesi zor olmakta, aradaki soğukluk doğacak çocukları bile olumsuz etkilemektedir. Dolayısıyla düğün masraflarının hafif tutulması, tarafların birbirlerini üzmemeye, kırmamaya özen göstermesi, bu ailede doğacak çocukların akraba sıcaklığı yaşayarak büyüyen ince duygulu insanlar olmasının altyapısını hazırlayacaktır.

Kalbini kırdığımız her bir akrabanın, çocuğumuzun ahlaki ve vicdani gelişiminin önündeki bir engele dönüşebileceğinin farkında olalım.

Evliliğin zorlaştırılmasının, damat tarafının gelinin yaşadığı şehirdeki yüksek düğün taleplerine mahkûm bırakılmasının etkilerini uzun yıllar boyunca yakından gözlemlediğim aileler oldu. Bunlardan birinde aradaki soğukluk hiç düzelmedi. Dünürler hiçbir zaman bir araya gelip aile olamadılar.

Sevgili dünürler, hiçbir şey torunlarınızın ince duygulu, ahlaklı, mutlu bir insan olmasından, genlerinizin devamını sağlayacak, size sadaka-yı cariye olacak iyi birer insan olarak yetişmesinden daha önemli değil ve hiçbir şey dünürlerin ideal ve prensipler

doğrultusunda, sevgi-saygıyla bir araya gelmesiyle ortaya çıkan huzur kadar değerli değil.

Sizler, çocuklarınızın mutluluğu üzerinde büyük pay sahibisiniz. Dünürlerin birbiriyle iyi geçinmediği ailelerin mutluluğu yarımıdır. Dünürlerin birbiriyle iyi geçinmesinin temeli, düşün zamanı atılır. Yeni bir yuvanın kurulduğu zamanlar; nefsin hırs-lardan arındırılarak kalbin sevgiye açılmasının, hoşgörü ve anlayışın, elinden gelenin, gücünün yettiğinin en iyi şekilde yapılmaya çalışılmasının zamanlarıdır.

NİKÂH SONRASI TEDBİRLER

Cima (Cinsel İlişki)

Tedbir döneminde dikkat edilmesi gereken bir diğer süreç ise cinsel ilişki sürecidir. Bu konudaki tavsiyelere uyulması, doğacak çocuğun karakterini olumlu etkileyecek çok önemli bir başka adımdır.

Peygamber Efendimizin (s.a.v.) konuyla ilgili hadislerine baktığımızda ön sevişmeye önem verilmesi gerektiğini gösteren ifadeler görüyoruz:

“Hiçbiriniz eşiyle hayvanlar gibi (sevişmeksizin) cinsî münasebette bulunmasın. Arada bir elçi bulunsun.”

Soruldu:

“Ya Resulallah! Sözünü ettiğiniz elçi nedir?”

“Aşk fısıltıları ve öpüşmedir.”¹¹

İbn Abbas’ın rivayet ettiği bir hadiste Peygamber Efendimizin cinsel ilişki sırasında şu duanın okunmasını tavsiye ettiği bildirilmektedir: “Bismillah. Allahım, beni şeytandan uzaklaştır, şeytanı da bize ihsan ettiğin çocuktan uzak kıl! (*Bismillah. Allâhümme cennibni’ş-şeytâne ve cennibni’ş-şeytâne mâ razektenâ*).”